

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. KONTROL DIRI**

##### **1. Pengertian Kontrol Diri**

*Self Control* (kontrol diri) merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Chaplin, 2009, p. 451). Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan kontrol diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri (Risnawati, 2014, p. 22). Kontrol diri sebagai cara individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 1991) (Risnawati, 2014, p. 23). Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terjadi di lingkungan tempat tinggalnya. Para ahli berpendapat bahwa selain dapat mereduksi efek-efek yang negatif dari stresor-stresor lingkungan, kontrol diri juga dapat digunakan sebagai suatu intervensi intervensi yang bersifat pencegahan (Zulkarnain, 1997) dalam (Nurfaujiyanti, 2010, p. 11).

Goldfried dan Merbaum (1976), mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (Risnawita, 2014, p. 22).

Synder dan Gangestad (1986) mengatakan bahwa konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif. Menurut Mahoney dan Thoresen, (dalam Roberts, 1975) kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh (*integrative*) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya (Risnawita, 2014, p. 22).

## **2. Jenis Dan Aspek Kontrol Diri**

Averill (Risnawita, 2014, p. 29) menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*Behavior control*), kontrol kognitif (*Cognitive control*) dan mengontrol keputusan (*decesional control*).

a. Kontrol Perilaku (*Behavioral Control*)

Merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal, kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian

(*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif.

c. Kontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya, kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Menurut Block dan Block ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*. *Over Control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. *Under Control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. *Appropriate Control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

Berdasarkan uraian dan penjelasan diatas, maka untuk mengukur kontrol diri biasanya digunakan aspek-aspek seperti dibawah ini :

1. Kemampuan mengontrol perilaku
2. Kemampuan mengontrol stimulus
3. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian
4. Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian
5. Kemampuan mengambil keputusan

### **3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri**

Sebagaimana faktor psikologis lainnya kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri ini terdiri dari faktor internal (dari diri individu), dan faktor eksternal (lingkungan individu) (Risnawita, 2014, p. 32).

#### **a. Faktor Internal**

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu (Newman dalam Verawati, 2001).

#### **b. Faktor Eksternal.**

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga (Hurlock, 1973). Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka kontrol diri dapat diartikan sebagai kemampuan seorang individu untuk memproses informasi atau stimulus yang diperoleh agar bisa menekan perilaku impulsifnya, dengan cara mengontrol kognitif yang ditunjukkan dengan, dapat berfikir secara positif, jernih, dan objektif meskipun dalam keadaan emosi atau marah, berfikir terlebih dahulu sebelum berbicara ataupun bertindak. kontrol perilaku (*behavior*) yang ditunjukkan dengan cara bahwa individu tidak mudah dendam dengan orang lain, melampiaskan amarah dan kekecewaan pada hal yang lebih positif (menulis, tidur, makan, jalan-jalan, mendengarkan musik) atau diam. Dan pengambilan keputusan ditandai dengan tidak mudah dilema saat dihadapkan pada sebuah permasalahan dan pilihan, cenderung untuk lebih memilih mengambil keputusannya sendiri daripada berdiskusi dengan orang lain.

#### **4. Kajian Islam Tentang Kontrol Diri**

##### **A. Telaah Teks Islam (Al Quran Dan Hadist) Tentang Kontrol Diri**

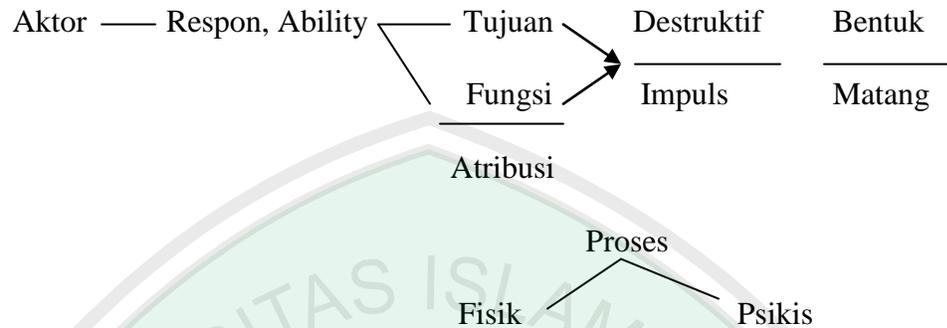
##### **1. Sampel Teks Psikologi Tentang Kontrol Diri**

- a. *Self Control* (kontrol diri) merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Chaplin, 2009, p. 451).

- b. Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan kontrol diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri (Risnawati, 2014, p. 22).
- c. Kontrol diri sebagai cara individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 1991) (Risnawati, 2014, p. 23).
- d. Goldfried dan Merbaum (1976), mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.
- e. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (Risnawita, 2014, p. 22).

Jadi kontrol diri menurut peneliti adalah kemampuan seorang individu untuk memproses informasi atau stimulus yang diperoleh agar bisa menekan perilaku impulsifnya, dengan cara mengontrol kognitif, perilaku (behavior) dan pengambilan keputusan

## 2. Pola Teks



## 3. Analisis Komponen Teks Tentang Kontrol Diri

Table 2.1

NO	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	1.Per orang 2.Dua Orang 3.Tiga Orang atau banyak	Sendiri (1,2,3,...), seseorang, individu, komunitas, masa, masyarakat
2.	Aktivitas	Kognitif Afektif Psikomo- torik	Membimbing, menekan, merintangi, mengendalikan
3.	Proses	Cara	Menekan impuls secara kognitif, afektif (emosi), tingkah laku, dan pengambilan keputusan
4.	Bentuk	Verbal Non Verbal	Ability (kemampuan secara verbal dan non verbal)
5.	Faktor	Internal Eksternal	Yang mempengaruhi untuk berhasil atau tidaknya suatu tujuan yang diinginkan
6.	Audience	Orang ke 1, 2, 3, ...	Human, non human, informasi
7.	Tujuan	Direct Non direct	Goal (tercapainya suatu tujuan) Fall (gagal, tidak tercapainya suatu tujuan)

8.	Standart	Sosial, ilmiah, agama, budaya, negara, asusila	Ukuran/norma/nilai tertentu yang dipakai sebagai patokan
9.	Efek	+  Fisik Non fisik -  Fisik Non fisik	Akibat atau dampak dari sesuatu hal
10.	Fungsi	Preventif Kuratif	Manfaat secara preventif dan kuratif

## B. Telaah Teks Islam Tentang Kontrol Diri

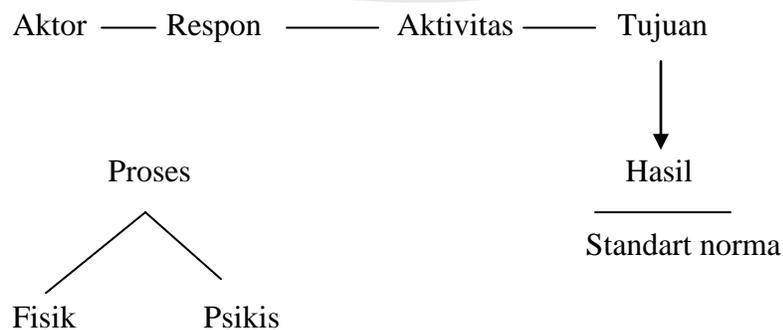
### 1. Sampel Teks

#### 1.1 Al imron 3:200

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (٢٠٠)

Artinya “hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (diperbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung”.

#### 1.2 Pola Teks



### 1.3 Analisis Komponen

#### Q.S Al imron 3:200

Table 2.2

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	aktor	Orang-orang banyak	Orang-orang الَّذِينَ Orang (banyak) كُمْ Kamu حُونَ
2.	Aktivitas	Afektif	وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا
3.	Proses/cara	Fisik Psikis	وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ Kuatkanlah kesabaranmu, dan tetaplah bersiap-siaga di perbatasan negerimu dan bertakwalah kepada Allah
4.	Tujuan	Hasil	لَعَلَّكُمْ تَفْلِحُونَ Supaya kamu beruntung
5.	Audience	Orang-orang	Kamu حُونَ Orang-orang الَّذِينَ Orang (banyak) كُمْ
6.	Standart norma	Agama	اتَّقُوا اللَّهَ Bertakwalah kepada Allah

#### 2. Q.S. Al Anfaal 8:65

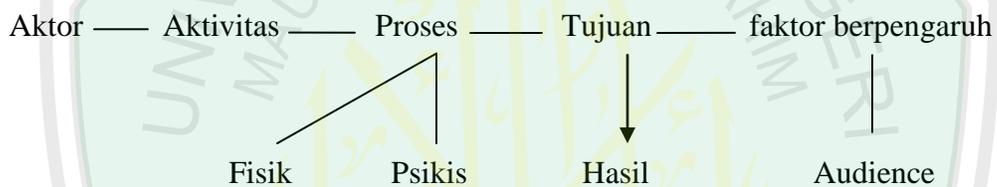
يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ حَرِّضِ الْمُؤْمِنِينَ عَلَى الْقِتَالِ إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا  
مِائَتِينَ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِّنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَّا يَفْقَهُونَ (٦٥)

Artinya : ” Hai Nabi, kobarkanlah semangat para mukmin untuk berperang. Jika ada dua puluh orang yang sabar diantaramu, niscaya mereka akan dapat mengalahkan dua ratus orang musuh. Dan jika ada seratus orang yang sabar diantaramu, niscaya mereka akan dapat

mengalahkan seribu dari pada orang kafir, disebabkan orang-orang kafir itu kaum yang tidak mengerti<sup>[623]</sup>.

[623]. Maksudnya: mereka tidak mengerti bahwa perang itu haruslah untuk membela keyakinan dan mentaati perintah Allah. Mereka berperang hanya semata-mata mempertahankan tradisi jahiliyah dan maksud-maksud duniawiyah lainnya.

### 2.1 Pola Teks



### 2.2 Analisis Komponen

#### Q.S Al Anfaal 8:65

Table 2.3

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu Massa Kelompok	Nabi النَّبِيُّ Para mukmin الْمُؤْمِنِينَ Orang-orang كُمْ
2.	Aktivitas	Psikomotorik	Berperang لَقَاتِلَ
3.	Proses/cara	Fisik Psikis	Mengkobarkan semangat para mukmin حَرَّضِ الْمُؤْمِنِينَ
4.	Tujuan	Hasil	Dapat mengalahkan dua ratus orang musuh يَغْلِبُوا مِائَتِينَ Dapat mengalahkan seribu dari pada orang kafir يَغْلِبُوا أَلْفًا

			مَنْ الَّذِينَ كَفَرُوا
5.	Audience	Massa Kelompok	Para mukmin الْمُؤْمِنِينَ Orang-orang kafir كَفَرُوا
6.	Faktor Berpengaruh	Afeksi/ Psikis	Jika ada dua puluh orang sabar diataramu إِنَّ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صَابِرُونَ Jika ada seratus orang yang sabar diantaramu يَغْلِبُوا مِئْتِينَ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ

### 3. Q.S. Al Imron 3:39

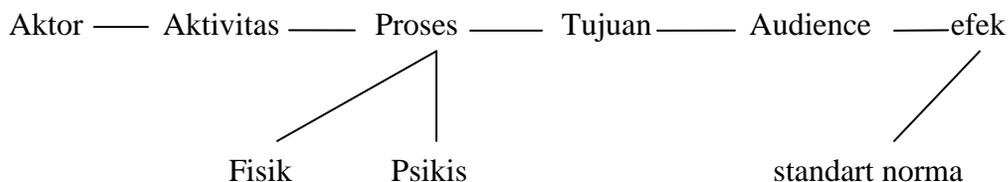
فَنَادَتْهُ الْمَلَائِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ بِيَحْيَى مُصَدِّقًا بِكَلِمَةٍ

مَنْ اللَّهُ وَسَيِّدًا وَحَصُورًا وَنَبِيًّا مِّنَ الصَّالِحِينَ (٣٩)

Artinya :”Kemudian Malaikat (Jibril) memanggil Zakariya, sedang ia tengah berdiri melakukan shalat di mihrab (katanya): "Sesungguhnya Allah menggembirakan kamu dengan kelahiran (seorang puteramu) Yahya, yang membenarkan kalimat<sup>[193]</sup> (yang datang) dari Allah, menjadi ikutan, menahan diri (dari hawa nafsu) dan seorang Nabi termasuk keturunan orang-orang saleh."

[193]. Maksudnya: membenarkan kedatangan seorang nabi yang diciptakan dengan kalimat *kun* (jadilah) tanpa bapak yaitu nabi Isa a.s.

#### 3.1 Pola Teks



### 3.2 Analisis Komponen

#### Q.S Al Imron 3:39

Table 2.4

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu Kelompok	Nabi نَبِيًّا Yahya بِيْحَيِّ Malaikat الْمَلَائِكَةُ Orang-orang soleh الصَّالِحِينَ
2.	Aktivitas	Fisik Psikis	Melakukan shalat يُصَلِّي Berdiri قَائِمًا Kelahiran مُصَدِّقًا Menahan diri وَحَصُورًا
3.	Proses/cara	Ungkapan	Sesungguhnya Allah menggembirakan أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ
4.	Tujuan	Teladan atau Panutan	Menjadi ikutan وَسَيِّدًا
5.	Audience	Individu Kelompok	Nabi نَبِيًّا Yahya بِيْحَيِّ Malaikat الْمَلَائِكَةُ Orang-orang soleh الصَّالِحِينَ
6.	Efek	Positif	Termasuk keturunan orang- orang soleh مِّنَ الصَّالِحِينَ
7.	Standart Norma	Agama	Allah اللهُ

### C. Inventarisasi dan Tabulasi Teks Kontrol Diri

Table 2.5

No	Tema	Kategori	Teks	Makna	Substansi psikologi	Sumber
1.	Pelaku	Individu/ Diri  Kedua/ partner  Masyarakat/komunitas/ kelompok	نَبِيًّا بِيْحِيًّا مَلَايِكَةً  حُونَ  الَّذِينَ كُنْتُمْ الْمُؤْمِنِينَ الصَّالِحِينَ نَ يَكُنْ مِنْكَ عَشْرُونَ  يَغْلِبُوا مِثْلَيْنِ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ	Nabi, yahya Malaikat  Kamu (orang lain)  Orang banyak, orang-orang, orang-orang soleh, 20 orang, dua ratus orang	Aktor/ Pelaku	3:39, 3:200, 8:65,
2.	Aktivitas	Non verbal	صَابِرُوا الْقِتَالَ قَائِمًا مُصَدِّقًا يُصَلِّي حُضُورًا	Bersabarlah Berperang Berdiri Kelahiran Melakukan shalat Menahan diri	Faktor-faktor yang mempengaruhi	3:200, 8:65, 3:39
3.	Proses/cara	Fisik & psikis	وَصَابِرُوا أَوْ رَابِطُوا أَوْ اتَّقُوا اللَّهَ  حَرَضِ الْمُؤْمِنِينَ  أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ	Kuatkanlah kesabaranmu, dan tetaplah bersiap siaga di perbatasan negerimu & bertakwalah kepada Allah  Mengkorbankan semangat para mukmin  Sesungguhnya Allah	Berproses	3:200  8:65  3:39

				menggembirakan		
4.	Tujuan	Direct, indirect	لَعَلَّكُمْ تَفْلَحُونَ يَغْلِبُوا مَنَّيْنِ وَسَيِّدًا	Supaya kamu beruntung  Dapat mengalahkan 200 orang  Menjadi ikutan	Keinginan	3:200 8:65 3:39
5.	Audience	Individu, seseorang, perseorang  individu  kedua/ partner  masyarakat/komunitas	نَبِيًّا لَّنَبِيٍّ يَبْحَثِي  الْمَلَائِكَةُ وَهُوَ الصَّالِحِينَ الْمُؤْمِنِينَ كُفْرًا الَّذِينَ كُفْرًا	Nabi,  Yahya  Malaikat (jibril, zakaria)  Orang-orang soleh  Para mukmin Orang-orang kafir  Orang-orang Orang(banyak) Kamu	Objek/komunitas	8:65 3:39  3:39  8:65 8:65  3:200
6.	Standart norma	Agama Sosial	اللَّهِ الَّذِينَ	Allah Orang-orang	Interaksi	3:200 3:39
7.	Efek	Positif Negative	مِّنَ الصَّالِحِينَ	Termasuk keturunan orang-orang soleh	Timbal balik	3:39

Kategori yang telah di dapatkan tersebut kemudian dicari dalam substansi psikologis. Bahwa memang adanya penjelasan dari Al-Qur'an tentang kontrol diri dalam ayat tersebut.

#### D. Kesimpulan Kontrol Diri Menurut Islam (Al Quran)

Kontrol diri merupakan aktivitas baik verbal maupun non verbal ( حَصُورًا - يُصَلِّي - مُصَدِّقًا - قَائِمٌ - لُقَاتَال - صَابِرُونَ ) yang dilakukan oleh seorang manusia, masyarakat ataupun komunitas ( كُمْ - حُونَ - الْمَلَائِكَةُ - بِيحْيَى - نَبِيًّا ) dengan cara fisik (perilaku/behavior) ataupun psikis/kognitif (الصَّالِحِينَ - الْمُؤْمِنِينَ - الَّذِينَ - ) ( أَنْ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ - حَرِّضِ الْمُؤْمِنِينَ - وَصَابِرُونَ وَابْطُؤُوا اتَّقُوا اللَّهَ ) dengan tujuan untuk mengalahkan musuh (bukan musuh berupa manusia akan tetapi berupa amarah, emosi) yang ada dalam diri masing-masing orang agar menjadi lebih baik/beruntung (لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ) sehingga mampu memberikan efek yang lebih baik/positif sehingga perilakunya (manusia/individu) sesuai dengan norma agama, negara, dan masyarakat.

## **B. Agresivitas**

### **1. Pengertian Agresivitas**

Secara umum agresi dapat diartikan sebagai suatu serangan yang dilakukan oleh suatu organism terhadap organism lain, obyek lain atau bahkan pada dirinya sendiri. Definisi ini berlaku bagi semua makhluk vertebrata, sementara pada tingkat manusia dan proses-proses simbolik (Sarason, 1967) (Dayakisni&Hudaniah, 2012, p. 171). (Chaplin, 2009, p. 15) mengatakan *Aggression* (agresi, penyerangan, serangan) adalah satu serangan atau serbuan; tindakan permusuhan ditujukan pada seseorang atau benda. Berkowitz (1993) mendefinisikan agresivitas sebagai bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang, baik secara fisik maupun mental (Sobur, 2009, p. 432). Menurut Sarwono, 1997: 296 (Sobur, 2009, p. 432) setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak orang lain dapat disebut sebagai perilaku agresi. Baron, (dalam Koeswara, 1988) menyatakan bahwa agresi adalah tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Definisi dari Baron ini mencakup empat faktor tingkah laku, yaitu: tujuan untuk melukai atau mencelakakan, individu yang menjadi pelaku, individu yang menjadi korban dan ketidakinginan si korban menerima tingkah laku si pelaku (Dayakisni&Hudaniah, 2012, p. 171).

Dari penelitian yang dilakukan Bandura dan kolega-koleganya (Sobur, 2009, p. 442) menyimpulkan bahwa agresi bisa dipelajari dan terbentuk dalam individu hanya dengan meniru atau mencontoh agresi yang dilakukan oleh individu lain atau oleh model yang diamatinya, bahkan meskipun hanya sepiantas dan tanpa penguatan.

Konrad Lorenz (Sarwono, 1987; Koeswara, 1988; Sarwono, 1997) dalam bukunya (Sobur, 2009, p. 438) menyimpulkan bahwa agresi merupakan bagian dari naluri hewan yang diperlukan untuk *survival* (bertahan) dalam proses evolusi. Agresi yang bersifat *survival* ini menurut Lorenz bersifat adaptif (menyesuaikan diri terhadap lingkungan), bukan destruktif (merusak lingkungan).

Bandura (1977) dalam bukunya (Sobur, 2009, p. 441) mengatakan bahwa dalam kehidupan sehari-hari perilaku agresif dipelajari dari model yang dilihat dalam keluarga, dalam lingkungan kebudayaan setempat, atau melalui media masa. Sarwono (1997: 296) dalam bukunya (Sobur, 2009, p. 432) secara pintas mengartikan agresif sebagai, setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak orang lain. Penjelasan ini dipertegas lagi oleh Baron (1977), (dalam Koeswara, 1988) dalam bukunya (Sobur, 2009, p. 432) menurutnya agresi adalah tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Definisi agresi dari Baron ini mencakup empat faktor: tingkah laku, tujuan untuk melukai atau

mencelakakan (termasuk mematikan atau membunuh), individu yang menjadi pelaku, dan individu yang menjadi korban, serta ketidak ingkansi korban menerima tingkah laku si pelaku (Sobur, 2009, p. 432).

Berkowitz (1993), salah seorang yang dinilai paling kompeten dalam studi tentang agresi, membedakan agresi sebagai tingkah laku, sebagaimana diindikasikan oleh Baron, dengan agresi sebagai emosi yang bisa mengarah pada tindakan agresif. Selain itu Berkowitz membedakan agresi dalam dua macam, yakni agresi instrumental (*instrumental aggression*) dan agresi benci (*hostile aggression*) atau disebut juga agresi impulsif (*impulsive aggression*) (Sobur, 2009, pp. 432-433). Definisi paling sederhana untuk agresi dan didukung oleh pendekatan behavior, adalah bahwa agresi adalah setiap tindakan yang menyakiti atau melukai orang lain.

Menurut Freud dalam (Chaplin, 2009, p. 15) agresi merupakan pernyataan kesadaran atau proyeksi dari naluri kematian, atau Thanatos. Adler (Chaplin, 2009, p. 15) mengatakan bahwa Agresi adalah perwujudan kemauan untuk berkuasa dan menguasai orang lain. Murray (Chaplin, 2009, pp. 15-16) berpendapat Agresi ialah kebutuhan untuk menyerang, memperkosa atau melukai orang lain, untuk meremehkan, merugikan, mengganggu, membahayakan, merusak, menjahati, mengejek, mencemoohkan atau menuduh secara jahat, menghukum berat, atau

melakukan tindakan sadistis lainnya.(Chaplin, 2009, p. 16) *Aggressiveness* (agresivitas) :

1. Kecenderungan habitual (yang dibiasakan) untuk memamerkan permusuhan.
2. Pernyataan diri secara tegas, penonjolan diri, penuntutan atau pemaksaan diri, pengejaran dengan penuh semangat suatu cita-cita.
3. Dominasi sosial, kekuasaan sosial, khususnya yang diterapkan secara ekstrem.

Baron & Byrne (2005) mendefinisikan agresi sebagai tingkah laku yang diarahkan kepada tujuan menyakiti makhluk hidup lain yang ingin menghindari perlakuan semacam itu. Scheneiders (1955), ia mengatakan bahwa agresif merupakan luapan emosi sebagai reaksi terhadap kegagalan individu yang ditampakkan dalam bentuk pengrusakan terhadap orang atau benda dengan unsur kesengajaan yang diekspresikan dengan kata-kata (verbal) dan perilaku non verbal. Baron dan Richardson (1994, 7) mereka mengusulkan penggunaan istilah agresi untuk mendeskripsikan “*segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup lain yang terdorong untuk menghindari perlakuan itu*” (Krahe, 2005, pp. 16-17).

Calhoun & Acocella (1990:354) dalam bukunya (Sobur, 2009, p. 432) mengatakan bahwa sikap agresi adalah penggunaan hak sendiri dengan cara melanggar hak orang lain. Apabila pribadi yang agresif bertindak demi diri sendiri, dia melakukan hak itu dengan tidak menghina dan merendahkan orang lain. Agresi menurut John C. Brigham (Social Psychology, Harper Collins Publisher, New York, 1991) dalam (Mahmudah, 2010, p. 91) adalah perbuatan yang diniati untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun secara psikologis. Stickland 2001 dalam (Hanurawan, 2012, p. 80) mengemukakan bahwa perilaku agresi adalah setiap tindakan yang diniatkan untuk melukai, menyebabkan penderitaan, dan untuk merusak orang lain. Myers 2002 dalam (Hanurawan, 2012, pp. 80-81) menjelaskan bahwa agresi adalah perilaku fisik maupun perilaku verbal yang diniatkan untuk melukai objek yang menjadi sasaran agresi.

Mac Neil & Stewart 2000 dalam (Hanurawan, 2012, p. 81) menjelaskan bahwa perilaku agresi adalah suatu perilaku atau suatu tindakan yang diniatkan untuk mendominasi atau berperilaku secara destruktif, melalui kekuatan verbal atau kekuatan fisik, yang diarahkan kepada objek sasaran perilaku agresi, objek sasaran perilaku agresi meliputi lingkungan fisik, orang lain, dan diri sendiri.

Meskipun belum ada kesepakatan di antara para ahli psikologi dalam memberikan pengertian tentang agresi, karena masing-masing dari mereka berpijak pada bidang dan teori yang dianutnya. Akan tetapi dapat ditemukan suatu unsur penting dalam agresi yang harus ada, yakni adanya tujuan atau kesengajaan dalam melakukannya. Sehingga suatu peristiwa yang terjadi secara kebetulan walau menghasilkan agresi bagi orang lain, maka ini tidak dapat dimasukkan dalam agresi. Sebagai contoh, dengan tergesa-gesa seseorang berlari mengejar bis kota yang hendak berangkat, sehingga menabrak orang lain sampai jatuh dan kesakitan. Dalam hal ini, orang yang menabrak tersebut tidak dapat dikatakan berperilaku agresif. Lain halnya seandainya seseorang dengan sengaja menabrak orang lain sehingga orang itu kehilangan keseimbangan dan terjatuh, maka perilaku tersebut dapat dikatakan sebagai agresif apapun tujuannya. (Dayakisni&Hudaniah, 2012, p. 171)

Pada umumnya istilah agresi dapat dibedakan menjadi *offensive aggression* yaitu agresi yang secara tidak langsung disebabkan oleh perilaku orang lain. Yang lawan dari *retaliatory aggression* yaitu agresi yang merupakan respon terhadap provokasi orang lain. Berdasarkan pada niatnya dibedakan menjadi *instrumental aggression* yang terjadi ketika agresi adalah alat untuk mencapai tujuan tertentu (seperti pada perampokan), sementara *angry aggression* adalah perilaku agresi yang melibatkan keadaan emosional seseorang yang sedang marah (seperti

dalam perkelahian). Dalam beberapa eksperimen perbedaan istilah agresi ini tidak jelas, sebab kenyataannya memang sulit untuk mengetahui motivasi internal yang dimiliki pelaku tindakan agresi (Dayakisni&Hudaniah, 2012, p. 172).

## 2. Bentuk-Bentuk Agresivitas

Menurut Brigham 1991 dalam (Nashori, 2008, p. 100), ada dua ragam perilaku agresi manusia, yaitu :

### 1. Agresi Menyerang (*offensive aggression*)

Agresi menyerang adalah perilaku agresi yang dilakukan dengan menyakiti orang lain dan bukan sebagai balasan atas perilaku orang lain. Contoh : apa yang dilakukan bangsa penjajah terhadap bangsa lain yang memiliki sumber daya alam melimpah.

### 2. Agresi Balas Dendam (*retaliatory aggression*)

Agresi balas dendam diartikan sebagai agresi yang berupa tanggapan atas provokasi yang dilakukan pihak lain. Kalau kita cermati, ternyata perilaku agresi yang dilakukan seseorang sebagian besar didasarkan pada alasan “membalas kejahatan yang dilakukan oleh si musuh”. Contoh : apa yang dilakukan oleh pemerintah Inggris. John Major, sang perdana menteri mengancam untuk membatalkan perjanjian Inggris-Eropa bila Eropa Bersatu tidak mengendorkan tekanannya terhadap pemerintah Inggris dalam kasus sapi (*mad cow*).

Menurut David O. Sears, Jonanthan L. Freedman dan Letitia A. Peplau 1991 dalam buku Social Psychology (Nashori, 2008, p. 101) membagi agresi menjadi dua macam, yaitu :

a. Agresi Prososial (*prosocial aggression*)

Agresi prososial adalah tindakan agresi yang sebenarnya diatur atau disetujui oleh norma sosial. Misalnya ada polisi yang memukul penjahat.

b. Agresi Antisosial (*antisocial aggression*)

Agresi antisosial adalah tindakan melukai orang lain dimana tindakan itu secara normatif dilarang oleh norma masyarakat. Misalnya ada orang yang mempunyai kekuasaan berlaku sewenang-wenang pada warga yang miskin dan tidak berdaya dengan cara pengusuran.

Menurut Buss ada 8 agresivitas (Morgan, 1987) dalam (Nashori, 2008, p. 100) yaitu :

- a. Agresivitas fisik aktif yang dilakukan secara langsung misalnya menusuk, memukul, mencubit, menembak orang lain.
- b. Agresivitas fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung misalnya membuat jebakan untuk mencelakakan orang lain.
- c. Agresivitas fisik pasif yang dilakukan secara langsung misalnya tidak memberikan jalan untuk orang lain.
- d. Agresivitas fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung misalnya menolak untuk melakukan sesuatu, menolak mengerjakan perintah orang lain.

- e. Agresivitas verbal aktif secara langsung misalnya mencaci maki orang lain.
- f. Agresivitas verbal aktif yang dilakukan secara tidak langsung misalnya menyebarkan gosip kepada orang lain.
- g. Agresivitas verbal pasif yang dilakukan secara langsung misalnya tidak mau berbicara pada orang lain.
- h. Agresivitas verbal pasif fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung misalnya diam saja meskipun tidak setuju.

### **3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Agresivitas**

Barbara Karhe dalam (Mahmudah, 2010, p. 107) menjelaskan bahwa terdapat beberapa hal yang menjadi faktor agresi seseorang, yaitu :

#### **1. Faktor Personalitas**

Sebagaimana dijelaskan oleh Hyde, Eagly, dan Steffen, dapat diketahui bahwasannya laki-laki mempunyai kecenderungan berperilaku lebih agresif di banding wanita.

#### **2. Faktor Situasi**

Hal ini dapat diilustrasikan dari pertanyaan bagaimana perasaan anda yang sedang kecewa atau frustrasi, tiba-tiba kemudian ada seseorang yang mendamprat anda. Berkowitz dan LePage menjelaskan bahwa kondisi frustrasi menjadikan seseorang berperilaku agresif.

### 3. Faktor Pengaruh Media

Sebagaimana dinyatakan dalam banyak kesempatan bahwasannya pengaruh media merupakan *the most powerful environmental factor* yang bertanggung jawab dalam peningkatan perilaku agresif, khususnya pada anak-anak dan remaja.

(Nashori, 2008, p. 102) munculnya perilaku agresi berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadinya dalam diri seseorang. Rasa marah dapat muncul dengan sebab-sebab :

1) Adanya serangan dari orang lain

Amarah akibat dari serangan atau gangguan yang dilakukan orang lain. Misalkan tiba-tiba ada seseorang yang mengejek anda sebagai orang yang tolol dan tidak sopan.

2) Terjadinya frustrasi dalam diri seseorang

Frustrasi adalah gangguan atau kegagalan dalam mencapai tujuan. Misal seseorang hendak pergi ke suatu tempat, melakukan sesuatu, atau menginginkan sesuatu dan kemudian merasa dihalangi, kita katakan bahwa orang tersebut mengalami frustrasi. Salah satu prinsip dalam psikologi adalah frustrasi cenderung membangkitkan perasaan agresif.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi agresivitas menurut (Mahmudah, 2010, pp. 105-106) dijelaskan sebagai berikut :

1. Provokasi

Provokasi adalah perbuatan agresi yang disebabkan oleh adanya usaha yang sifatnya membalas sifat orang lain (*counter aggression*).

2. Kondisi Aversif

Kondisi Aversif adalah kondisi tidak menyenangkan yang biasanya dihindarkan oleh seseorang, menurut Barikit kondisi ini merupakan salah satu faktor saja, adanya factor yang kurang menyenangkan menyebabkan orang itu lalu mencoba berbuat sesuatu agar senang dengan mengubah suasana tersebut. Apabila yang menyebabkan tidak senang itu orang lain, maka akan timbullah perilaku agresif terhadap orang yang menjadi penyebab tersebut.

3. Isyarat Agresif

Isyarat Agresif adalah orang yang berbuat agresif karena melihat stimulus yang diasosiasikan sebagai sumber perbuatan agresif.

4. Kehadiran Orang Lain

Terjadinya perkelahian di antara para pelajar, misalnya saat didatangkan kelompok pelajar lain yang menjadi rivalnya.

5. Karakteristik Individu

Individu yang sudah terbiasa mempunyai karakter agresif akan mempunyai kecenderungan untuk bertindak agresif.

## 6. Deindividualisasi

Lebon menjelaskan bahwa orang yang berada dalam kerumunan sering merasa bebas untuk memuaskan nalurinya yang "liar dan destruktif". Hal ini terjadi karena adanya perasaan tak terkalahkan dan anonimitas.

## 7. Obat-obatan Terlarang

Sudah dapat dimaklumi bahwa obat-obatan terlarang seperti alkohol, ekstasi, dan sejenisnya dapat menjadi pemicu seseorang untuk berperilaku agresif. Bukankah telah banyak terjadi di masyarakat, seseorang yang melakukan perkelahian disebabkan oleh sesuatu yang sepele di mana pelaku-pelakunya dalam kondisi mabuk.

Dari teori-teori yang sudah dijelaskan oleh banyak tokoh psikologi di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa agresivitas bisa tampak secara nyata dan langsung, tindakan kekerasan atau perilaku agresif itu bisa dilakukan secara fisik (memukul, mencubit, menendang, membakar, merusak, membunuh) dan verbal (mengejek, mencela, mengumpat, membentak, membicarakan keburukan orang lain) dengan tujuan untuk menyakiti atau merugikan orang lain, atau merusak obyek lain.

#### 4. Kajian Islam Tentang Agresivitas

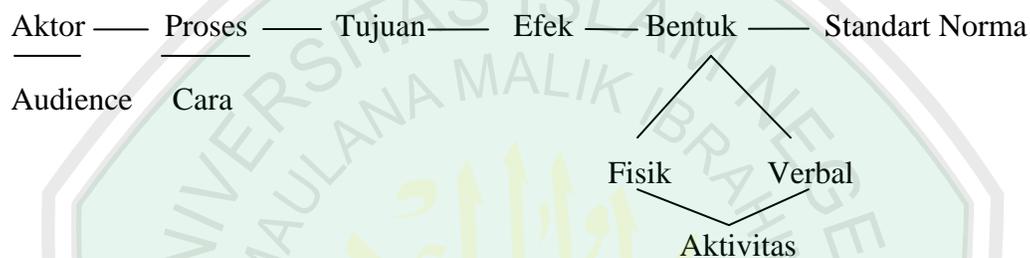
##### A. Telaah Teks Islam (Al Quran Dan Al Hadist) Agresivitas

##### 1. Sampel Teks Psikologi Tentang Agresivitas

- a. Menurut (Chaplin, 2009, p. 15) mengatakan *Aggression* (agresi, penyerangan, serangan) adalah satu serangan atau serbuan; tindakan permusuhan ditujukan pada seseorang atau benda.
- b. Berkowitz (1993) mendefinisikan agresivitas sebagai bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang, baik secara fisik maupun mental (Sobur, 2009, p. 432).
- c. Menurut Sarwono, 1997: 296 (Sobur, 2009, p. 432) setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak orang lain dapat disebut sebagai perilaku agresi.
- d. Baron, (dalam Koeswara, 1988) menyatakan bahwa agresi adalah tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut.
- e. Dari penelitian yang dilakukan Bandura dan kolega-koleganya (Sobur, 2009, p. 442) menyimpulkan bahwa agresi bisa dipelajari dan terbentuk dalam individu hanya dengan meniru atau mencontoh agresi yang dilakukan oleh individu lain atau oleh model yang diamatinya, bahkan meskipun hanya sepiantas dan tanpa penguatan.

Jadi agresivitas menurut peneliti adalah perilaku atau tindakan atau serangan secara fisik maupun verbal yang dimaksudkan untuk merugikan, mencelakai atau menyakiti orang lain atau bahkan merusak benda.

## 2. Pola Teks



## 3. Analisis Komponen Teks Tentang Agresivitas

Table 2.6

NO	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	1.Per orang 2.Dua Orang 3.Tiga Orang atau banyak	Sendiri (1,2,3,...), seseorang, komunitas, masyarakat individu, masa,
2.	Proses	Cara	Melukai, menyakiti, mencelakakan, merusak
3.	Tujuan	Merugikan	Agar dapat mencelakai,menyakiti atau bahkan merusak
4.	Efek	Positif dan Negatif	Memberikan dampak dari aktivitas yang telah dilakukan
5.	Bentuk	Aktivitas	Fisik dan verbal dilakukan secara langsung dan tidak langsung
6.	Standart Norma	Agama, sosial,	Ukuran/norma/nilai tertentu yang dipakai sebagai





			Sekumpulan laki-laki قَوْمٌ Sekumpulan perempuan نِسَاءٌ
7.	Fungsi	Introspeksi	Jangan merendahkan orang lain لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ مَّعْسَايَ يُكُونُوا آخِرًا مِنْهُمْ
8.	Tujuan	Positif	Menjadi orang beriman يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا
9.	Faktor yang mempengaruhi	Internal dan Eksternal	Internal : diri sendiri أَنْفُسَكُمْ Eksternal : lingkungan قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ , نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ

## 2. Q.S Qaaf 50:28

قَالَ لَا تَخْتَصِمُوا لَدِيَ قَدَمًا لِّكُم بِأَلْوَعِيدٍ (٢٨)

Artinya :” Allah berfirman : "Janganlah kamu bertengkar di hadapan-Ku, padahal sesungguhnya Aku dahulu telah memberikan ancaman kepadamu.”

### 2.1 Pola Teks

Aktor — Aktivitas — Standart Norma — Audience

### 2.2 Analisis Komponen

Tabel 2.8

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu, Orang lain	Kamu تَخْتَصِمُوا dalam Ku لَدِيَ في Kamu كُمْ dalam إِلَيْكُمْ
2.	Aktivitas	Verbal Non Verbal	Bertengkar تَخْتَصِمُوا Ancaman بِأَلْوَعِيدٍ



			Maha Mengetahui وَكَانَ اللَّهُ سَمِيعًا عَلِيمًا
4.	Standart Norma	Agama	Aku اللَّهُ
5.	Efek	Negatif	Orang yang dianiaya مَنْظَم
6.	Audience	Individu atau Orang	من orang

#### 4. Q.S Al Baqoroh 2:190

##### 4.1 وَقَاتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ الَّذِينَ يَفْقَهُوا كُفْرًا لَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ (١٩٠)

Artinya :” Dan perangilah di jalan Allah orang-orang yang memerangi kamu, (tetapi) janganlah kamu melampaui batas, karena sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas.”

##### 4.2 Pola Teks

Aktor — Aktivitas — Label — Standart Norma — Proses  
 Audience Atribusi Cara

##### 4.3 Analisis Komponen

Table 2.10

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Orang lain Orang banyak	Orang-orang الَّذِينَ Kamu كُمْ
2.	Aktivitas	Non Verbal	Perangilah قَاتِلُوا Memerangi يُفْقَهُوا
3.	Proses	Cara	Janganlah kamu melampaui batas وَلَا تَعْتَدُوا

4.	Standart Norma	Agama	Aku اللهُ
5.	Label	Atribusi	Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas إِنَّا لِلَّهِ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ
6.	Audience	Orang lain Orang banyak	Orang-orang الَّذِينَ Kamu كُمْ

## B. Inventarisasi Dan Tabulasi Perilaku Agresivitas

Table 2.11

No	Tema	Kategori	Teks	Makna	Substansi psikologi	Sumber
1.	Pelaku	Individu  Kedua/ partner  Masyarakat dan kelompok	مَنْ أَنْفُسِكُمْ هِيَ  كَمْ الَّذِينَ أَنْتَ إِلَيْكُمْ  نَسَاءَ قَوْمِ أُمَّةٍ نُؤَا	Diri sendiri  Dia/ orang lain, kamu, orang-orang  orang beriman, sekumpulan laki-laki, sekumpulan perempuan	Aktor/ Pelaku	49:11 50:28 4:148 2:190
2.	Aktivitas	Verbal dan Non verbal	تَخْتَصِمُوا  تَلْمِزُوا بِسَخَرٍ الْجَهْرِ بِالسُّوءِ عَمْدًا الْقَوْلِ قَاتِلُوا يُقَاتُوا لُونَكُمْ	Merendahkan, mencela, bertengkar, ancaman, ucapan buruk, terang terang, perangilah, memerangi	Bentuk agresivitas	49:11 50:28 4:148 2:190
3.	Proses/cara	Fisik dan psikis	تَنَابَزُوا بِالْأَلْيَانِ	Boleh jadi yang		49:11

			لَقَابِئْسًا لِّ سَمَافْسُو قُ وَلَا تَعْتَدُوا	tertawakan itu lebih baik bagi mereka. Janganlah kamu melampaui batas	Berproses	2:190
4.	Standart norma	Agama	اللَّهِ بَعْدَ الْإِيمَانِ	Allah Sesudah beriman		49:11 50:28 4:148 2:190
5.	Audience	Individu  Masyarakat dan kelompok	أَنْفُسِكُمْ أَمْوَانُ  نِسَاءَ الدِّينِ بِمَآنتِ إِلَيْكُمْ قَوْمٌ هِيَ مِنْ	Diri sendiri, Orang beriman,  Sekumpulan orang perempuan, Sekumpulan orang laki-laki, orang-orang, kamu,	Objek	49:11 50:28 4:148 2:190
6.	Tujuan	Menjadi lebih baik atau positif	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا	Menjadi orang beriman	positif	49:11
7.	Efek	Fisik Psikis	هُمُ الظَّالِمُونَ  مَنْظِلٌ	Menjadi orang dzalim  Orang yang dianiaya	Efek positif dan negatif	49:11  50: 148
8.	Fungsi		لَا يَسْحَرُونَ قَوْمًا مَمَّنَّقَوْمًا سَيِّئًا	Introspeksi sebelum mengejek, jangan	Fungsi	49:11

				merendahkan kumpulan yang lain		
9.	Label		وَكَانَ اللَّهُ سَمِيعًا عَلِيمًا مَا	Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui  Karena sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas	Atribusi	4:148  2:190
10.	Faktor yang mempengaruhi aruhi	Internal  Eksternal	أَنْفُسِكُمْ  قَوْمٌ مَّنْقُورٌ  نِسَاءً مِّنْ نِّسَاءِ	Diri sendiri  Sekumpulan laki-laki  Sekumpulan perempuan	Faktor yang mempengaruhi aruhi	49:1 1

Kategori yang telah di dapatkan tersebut kemudian dicari dalam substansi psikologis. Bahwa memang adanya penjelasan dari Al-Qur'an tentang perilaku agresif dalam ayat tersebut.

#### E. Kesimpulan Agresivitas Menurut Islam (Al Quran)

Agresivitas disini merupakan tindakan atau perilaku manusia baik diri sendiri maupun berkelompok (orang banyak) secara verbal seperti merendahkan, mencemooh, mencela, berkata buruk (يَسْخَرُ - تَلْمِزُوا)

(الْجَهْر) ataupun non verbal (fisik) seperti bertengkar, memukul, menendang (يُقَاتِلُونَكُمْ قَاتِلُوا - نَحْنُ صِمُّوا) yang bertujuan untuk menyakiti atau melukai orang lain atau objek tertentu (benda) karena adanya faktor yang mempengaruhi/mendukung baik dari dalam diri sendiri (internal) maupun lingkungan sekitar (eksternal).

### C. HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN AGRESIVITAS

Moyer (Susetyo, 1999) mengemukakan bahwa agresivitas berkaitan dengan kurangnya kontrol diri terhadap emosi dalam diri individu. Emosi yang meledak-ledak biasanya diwujudkan dalam bentuk amarah. Weiner (Sears, Freedman & Peplau, 1991) menyatakan bahwa amarah akan muncul bila ada serangan atau frustrasi yang dialami dianggap sebagai akibat pengendalian internal dan pribadi orang lain. Hal ini dapat diminimalisasi dengan orientasi religius pada faktor kemampuan mengontrol diri.

Maka dari itu dalam pencak silat juga diajarkan kerohanian, seperti mendalami dan mengaplikasikan ajaran masing-masing agama yang di anut, misalnya saja tidak pernah meninggalkan sholat, berdoa saat sebelum dan sesudah kegiatan (latihan rutin, bakti sosial, dsb), meditasi, agar para anggotanya tidak mudah frustrasi dan terpancing emosi ketika marah. Karena dalam latihan pencak silat sendiri ini memang juga dilatih untuk

bersikap agresif, seperti memukul, dan menendang, tapi hal ini dilakukan tetap saat dalam ruang lingkup latihan, dan pertandingan saja. Jadi ketika di luar kegiatan itu sangat tidak dianjurkan bagi para anggota pencak silat ini untuk bersikap agresif apalagi anarkis yang bisa merugikan atau mencelakai orang lain dan merusak nama baik organisasi.

Karena pada dasarnya tidak ada ajaran dipencak silat itu yang buruk, seperti untuk berbuat seenaknya sendiri, melakukan tindakan kekerasan, anarkis, merusak, mencelakai orang lain, semua yang di ajarkan sebenarnya baik, namun dikembalikan lagi pada masing-masing individu karena setiap orang memiliki watak, sifat, dan karakter yang berbeda-beda.

Dari teori-teori yang sudah dijelaskan oleh banyak tokoh psikologi di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa agresivitas bisa tampak secara nyata dan langsung, jika tindakan kekerasan atau perilaku agresif itu dilakukan secara fisik (memukul, mencubit, menendang, membakar, merusak, bahkan sampai membunuh) dan secara verbal (mengejek, mencela, mengumpat, membentak), untuk menyakiti, merugikan orang lain, namun tampak sedikit sulit untuk diidentifikasi jika agresivitas seseorang itu terjadi tidak secara langsung, seperti halnya marah, iri, dengki dan permusuhan. Perilaku agresif muncul bisa karena modeling pada lingkungan sekitar, baik keluarga atau model (individu) yang sering di amati. Jadi tidak hanya karena marah, dan frustrasi saja perilaku agresif itu bisa muncul.

Sedangkan kontrol diri sebagai suatu aktivitas pengendalian emosi dan tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Pengontrolan diri bisa dari segi kognitif, behavior, dan pengambilan keputusan. Semakin tinggi kontrol diri maka semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku, begitupun sebaliknya.

Menurut Gottfredson dan Hirschi (1990) dalam penelitiannya menyatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko, dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah frustrasi. Individu dengan karakteristik ini lebih mungkin terlibat dalam hal perbuatan menyimpang daripada individu yang memiliki tingkat kontrol diri tinggi. (Thomas F. Denson C. Nathan DeWall, 2012, pp. 1-2)

Agresivitas dapat muncul dari berbagai macam kelompok : mulai dari kelompok informal dan tanpa struktur, seperti kelompok anak sekolah yang terlibat tawuran, kelompok masa yang berkelahi dikarenakan kepentingan tertentu, termasuk kelompok anggota pencak silat. Dari penjelasan diatas dapat dilihat bahwa dunia persilatan memang kental sekali dengan perilaku agresif karena memang norma yang berlaku seperti itu adanya. Tetapi tidak hanya secara pencaknya saja yang dilatih tapi

mental, kerohanian, dan upaya untuk bisa mengontrol emosi juga ada dalam dunia pencak silat. Seperti saat peneliti melakukan observasi awal di tempat latihan, pelatih dari pencak silat juga memberikan petuah-petuahnya mengenai bagaimana sejatinya seorang pendekar pencak silat itu sebenarnya, tidak hanya secara fisik saja yang bisa kita unggulkan, tetapi dalam hal mengontrol amarah dan emosi juga harus bisa. Apabila tidak mengenai hal yang benar-benar prinsip, anggota pencak silat juga diminta tidak terlalu mudah terprovokasi jika ada hal yang sekiranya bisa memancing amarah mereka.

Tapi faktanya tindak kekerasan, penganiayaan, tawuran antar anggota pencak silat masih sering terjadi. Seperti waktu lalu yang terjadi di daerah Jombang Jawa Timur (Senin, 14.11.2011) “Ratusan orang dari dua perguruan pencak silat di Jawa Timur terlibat tawuran massal. Tawuran terjadi di jalan raya Kabuh Jombang, Minggu siang. Tawuran terjadi saat anggota perguruan silat Kera Sakti pulang dari pengukuhan anggota baru di Madiun dan diserang kelompok perguruan silat Setia Hati Teratai. Akibatnya 6 orang pendekar terluka terkena sabetan senjata tajam” [http://m.indosiar.com/fokus/dua-perguruan-silat-terlibat-tawuran\\_92752.html](http://m.indosiar.com/fokus/dua-perguruan-silat-terlibat-tawuran_92752.html). Hal serupa juga pernah terjadi di daerah Bojonegoro Jawa Timur, Rabu 13 Nopember 2013 “beberapa anggota pencak silat diamankan pihak kepolisian karena terlibat tindak pengeroyokan” meskipun berbeda kasus tapi hal ini juga termasuk tindakan kekerasan,

padahal dalam setiap perguruan sudah diajarkan untuk tidak mudah terpancing amarah dan emosinya, untuk saling memupuk cinta kasih pada sesama manusia umumnya, untuk tidak menggunakan kemampuan pencak silat disembarang tempat, dan juga tidak mudah terprovokasi oleh oknum yang tidak bertanggung jawab.

Dari sekilas pemaparan di atas membuat peneliti berminat untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan antara Kontrol Diri dengan Agresivitas pada Anggota Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate dan IKS-PI Kera Sakti. Selain itu, penelitian tentang kontrol diri dan agresivitas memang sudah menjamur sepertinya dilakukan dalam ranah psikologi pendidikan, psikologi perkembangan, tapi jika dilakukan pada kalangan anggota pencak silat peneliti rasa masih sangat jarang. Sehingga hal inilah yang menjadi faktor penarik minat peneliti.

#### **D. Hipotesa Penelitian**

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan agresivitas anggota pencak silat PSHT dan IKS-PI Kera Sakti. Jadi semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah agresivitas pada anggota pencak silat PSHT dan IKS-PI Kera Sakti.